



پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم : کسی که از گناه توبه کند مانند کسی است که گناهی نکرده باشد . توبه گذشته ها را می پوشاند

## توبه

توبه در زبان عربی به معنی بازگشت است و در اصطلاحات اسلامی به معنی بازگشت به سوی خدا. فرد گناهکار با هر گناهی که مرتکب می شود، خود را از خداوند دورتر می کند و تنها به وسیله ی توبه است که می تواند به سوی خداوند بازگردد.

خداوند متعال که نسبت به تمام بندگانش مهربان است، در توبه را به روی هیچ کس بسته است و همواره پذیرای انسان هایی است که قصد بازگشت به سویش را دارند.

بنابراین، انسان ها کافی است تصمیم بگیرند و همت کنند تا خود را از گرداب هلاکت بخش گناه و نافرمانی پروردگار برهانند.

### در آیه ۸ سوره تحریم می خوانیم:

ای کسانی که ایمان آورده اید به سوی خدا باز گردید، توبه کنید، توبه ای خالص و بی شائبه، امید است (با این کار) پروردگارتان گناهانتان را ببخشد و شما را در باغهایی از بهشت که نهرها از زیر درختانش جاری است داخل کند. همه انبیاء الهی هنگامی که برای هدایت امت های منحرف مأموریت می یافتند یکی از نخستین گامهایشان دعوت به توبه بود، چرا که بدون توبه و شستن لوح دل از نقش گناه، جایی برای نقش توحید و فضائل نیست.

علاوه بر این دلیل، دلیل عقلی روشنی بر وجوب توبه داریم و آن اینکه عقل حاکم بر این است که در برابر عذاب الهی خواه یقین باشد یا احتمالی باید وسیله نجاتی فراهم ساخت و با توجه به اینکه توبه مهمترین وسیله نجات است، عقل آن را واجب می شمرد، چگونه افراد گنهکار خود را از عذاب الهی در دنیا و آخرت می توانند محفوظ بشمرند در حالی که توبه نکرده باشند.

آری! توبه واجب است هم به دلیل صراحت آیات قرآن مجید و هم روایات اسلامی و هم دلیل عقل و از این گذشته وجوب توبه در میان تمام علمای اسلام مسلم و قطعی است.

نشانه توبه گر از زبان پیامبر ۱ - اخلاص عمل برای خدا ۲ - پابندی به حق ۳ - شوق و آزمندی به نیکی ۴ - فرو گذاشتن باطل.

### امام سجاد علیه السلام در مناجاتش



خدایا ما را از آنان قرار ده که درختهای گناهان را در برابر دیدگان دل خود نشانند و با آب توبه سیرایشان کردند تا آن که پرایشان میوه پشیمانی به بار داد.

ایمنشان گردانیدی ..

پس هوشیاری عظیم دست یافتند و جامه خدمتگزاری پوشیدند .

و ما را از آنان قرار ده که ..

برده های آتش خواهشهای نفس را با ریختن آب، توبه کردند و ظرفهای نادانی را با زلال آب زندگی شستند.



### دعای روز هفتم

اللهم اعنني على صيامي وقيامي وجنبي فيه من هفواته وأثامه وارزقني فيه ذكرك بدوامه بتوفيقك يا هادي المضلين

خدایا یاری کن مرا در این روز بر روزه گرفتن و عبادت و برکنارم دار در آن از بیهودگی و گناهان و روزیم کن در آن یادت را برای همیشه به توفیق خودت ای راهنمای گمراهان.

### بهار توبه



من گنه کار و اسیرم ای خدا  
قلب من باشد پریشان و سیاه  
من فقط بر درکعت دارم امید  
تورهایم کن زهر آلودگی  
لطف تو باشد، کنم از خود سفر  
ای خدا! آرام کن جان مرا

مهر تو شد دستگیرم ای خدا  
روشن است از تو ضمیرم ای خدا  
لطف کن بر من، که گدوم رو سفید  
ای کلامت مایه نور و نوید  
ذکر تو گویم به هر صبح و سحر  
بر نکران ای خدا از من نظر

### پایه های توبه



امام علی علیه السلام توبه بر چهار پایه استوار است

پشیمانی در دل، آموزش خواهی به زبان، عمل کردن با اعضای بدن، تصمیم بر باز نگشتن به گناه

استغفار درجه والا مقامان است و نامی است که پنج معنا در بر دارد

پشیمانی از گذشته، تصمیم بر ترک همیشگی آن، آن که حقوق مردم را به آنان بپردازد، این که حق هر واجبی را که ضایع کرده ای ادا کنی،

این که گوشت پرآمده از مال حرام را با اندوهها آب کنی چندان که پوست به استخوان چسبد و میان آن دو گوشتی تازه روید و که سختی طاعت

را به تن بجشانی چنان که شیرینی معصیت را به کام او ریخته بودی.

[www.daneshnameh.roshd.ir](http://www.daneshnameh.roshd.ir)

منابع:

امام علی علیه السلام: پشیمانی، استغفار است، اعتراف به گناه پوزش خواهی است و انکار آن پای فشردن بر گناه است. نهج البلاغه،

کلمات قصار، شماره ۴۱۷



### ضرب المثل قرآنی

از مکافات عمل غافل مشو گندم از گندم برآید جو ز جو

سوره زلزال - هر کس به اندازه ی ذره ای کار خیر انجام دهد پاداشش را می بیند و هر کس هم که کار شر و بدی انجام دهد نتیجه ی آن را

خواهد دید.

### مسابقه شماره ۷

دبیرخانه ی شورای عالی اقامه نماز  
واحد قرآن و عترت معاونت دانشجویی، فرهنگی دانشگاه علوم  
پزشکی قزوین

هیئت تحریریه: خانم ها پرستو حسینی - فاطمه رحمان پور  
با نظارت: دبیر شورای عالی اقامه نماز دانشگاه

منتظر نظرات و پیشنهادات شما هستیم

به عزیزی که تا شماره آخر نشریه روزانه به تعداد بیشتری از سوالات پاسخ دهند جوایزی اهداء خواهد شد.

۷ - بزرگترین عدد نام برده شده در قرآن کدام است؟ (سوره معارج)

محل تحویل پاسخ ها - واحد قرآن و عترت، معاونت دانشجویی فرهنگی داخلی ۲۶۲

توجه: برای پاسخ تا آخرین روز ماه مبارک رمضان فرصت دارید.